

دليلك لمعرفة متى يجب أن تغسل البياضات وأغراض المنزل الأخرى

السؤال الحقيقي هنا (وكن صادقًا): متى كانت آخر مرة نظفت فيها الفراش الخاصة بك؟ الوسائد الخاصة بك؟ مهما كانت إجابتك ، فربما لا تكون بنفس معدل تحديثها. معظمنا ننتظر حتى يوم الغسيل لرمي في أكياسنا والمناشف عندما في الواقع ، هذه العناصر تتطلب حملها منتصف الأسبوع الخاصة بهم. ترقب دليلك حول عدد المرات التي يجب أن تغسل فيها الأغذية والأشياء - بل قد يجعلك تغير روتينك.

• ملءات السرير (كل 1-2 أسابيع) :

غسل ملءات السرير الخاص بك كل أسبوع هو مثالي لأن العرق والزيوت يتم امتصاصها من قبلهم يوميا. ولكن يمكنك تمديدك كل أسبوعين اعتمادًا على مدى نظافتك عند دخول السرير وإذا كنت الشخص الوحيد الذي ينام في هذا السرير ويلامس هذه الملءات. يمكنك ان تخصص يوما في الأسبوع أو في الأسبوعين حيث تجمع ملءات غرف النوم كلها في المنزل وتغسلها واحدة تلو الأخرى. يمكن ان يكون هذا اليوم هو اليوم الذي تنظف فيه هذه الغرفة في التحديد.

• فراش (كل 6 أشهر) :

يمكن أن يصبح فراشك منزلاً للكثير من المواد المسببة للحساسية والعرق والغبار لذلك تنظيفه مرتين في السنة (على الأقل) سوف يجعلك بحالة جيدة. سيسمح استخدام صودا الخبز والفراغ بتنظيف عميق. لا تنسى ان تضعها في الشمس في أحد الأيام المشمسة حتى تنظفها هذه الأشعة من كل الجراثيم التي تعلوها.

• الوسائد (كل 3-6 أشهر) :

ربما تقوم بغسل أغذية الوسائد الخاصة بك بشكل روتيني ولكننا غالباً ما ننسى الوسائد الفعلية. يتعرق العرق في الوسائد الخاصة بك مما يجعل من الضروري رميها في الغسل أو التنظيف الجاف مرتين إلى أربع مرات في السنة. يمكنك ان تنظفها كما تنظف الفراش ، وتتركها تتشمس في الشمس القوية.

• حقائب أو أغطية الوسائد (كل 2-3 أيام أو أسبوعياً) :

إذا كنت معرضاً لحب الشباب ، فيجب أن تغسل أغطية الوسائد كثيراً مثل كل بضعة أيام لتجنب إصابتك بالحبوب غير المرغوب فيها بسبب البكتيريا المتراكمة عليه. وجهك هو في اتصال مباشر معهم يوميا ، وهو ما يعادل تراكم الأوساخ والزيوت. إذا كنت لا تزج نفسك بالوسائد القذرة ، يمكنك الذهاب لدورة الغسيل.

• مناشف الحمام (كل 3-4 استخدامات) :

نظراً لأنك تجفف جسمك أو شعرك بعد الاستحمام فوراً ، فستعتقد أن المنشفة نظيفة أيضاً . خطأ. مناشف الحمام ماصة للغاية ، مما يعني انها تمتص كل بقايا الجلد الميت الذي قمت بحفه خلال الإستحمام ، مما يعني أنها فخ الرطوبة والروائح . قم بتطهيرها بعد استخدامات قليلة كي تحمي نفسك وجسمك من البكتيريا المتراكمة والتي لا تختفي الى بالغسل أو التطهير.

• مناشف اليد (كل يومين) :

يمكن أن تصبح مناشف اليد مبللة بسرعة بعد الاستخدامات المتعددة على مدار اليوم. إذا كان لديك الكثير من الناس في منزلك يجفون أيديهم بمنشفة واحدة ، فحتى الغسيل اليومي ضروري . حال هذه المناشف كحال مناشف الإستحمام اذ ان البكتيريا تتراكم عليها ويصبح غسلها أمر ضروري جداً .

• وشاح الصوف الذي تستخدمه في وقت راحتك (كل 4-6 أشهر) :

الذهاب دون غسل هذا الوشاح الكبير لبضعة أشهر في كل مرة على ما يرام تماماً. تأكد من أن تغسله مرتين إلى ثلاث مرات في السنة أو كل تغيير موسمي لجعل روتين للخروج منه. بهذه الطريقة يمكن ان تظل رائحته منعشة وجميلة وكأنه جديد!